RECOVERY KERNEL

USORO EKWUNSI EKWỤ: GHB / GBL / 1,4-BD

Ihe ndụ nke ngwa nke na-adịghị atụkwaghị, yana otú esi gafie ya n'enweghị nsogbu.

Nke ọzọ, akwụkwọ nduzi ndị ọzọ na usoro a nwere ebe ha sịrị 'nke a enweghị mmasị ma ọ bụkarịa ihe ize ndụ.' Akwụkwọ nduzi a adịghị etinye nke ahụ. Mgbado GHB, maka onye ọ bụla na-eji karịa atụmatụ abụọ ma ọ bụ anọ kwa ụbọchị, bụ nnukwu nsogbu medikal nwere ize ndụ nke mgbado, mgbagwoju anya dị iche ma siri ike, na ọnwụ ọ bụrụ na emechala ya iji kwadoro ya. Nke a abụghị ihe edepụtara maka ịmeputa ihe — ọ bụ onyonyo kliniki zoro ezo, na iji enweghị n'uche zuru oke ga-ebute ndị mmadụ mmerụ. Akwụkwọ nduzi a dị ka ụzọ isi mee ka nnukwu ihe a ghara ịdapụta naanị ọnụ ọgụgụ, kama bụrụ atụmatụ.

Nkebi 0 - Nchekwa Oge Nzụ: Gụọ nke mbụ.

⚠ ỤBA AHỤHẸ ỌGBỤGBE

Ọ bụrụ na ị na-eji GHB, GBL, ma ọ bụ 1,4-BD karịa otu ugboọchị atọ ma ọ bụ anọ, etinyela ya belụga n'enweghị nduzi nke dọkịta. Mgbado nwere ike amalite n'ime awa 2 ruo 6 ka ị kwụsị, na elegharịghị uzo, awa 12 ruo 72 izuike nwere ihe ọjọọ dị ukwuu ma enweghị atụmanya nke mgbado na-adighi egwu, yana mgbagwoju anya/ihe mgbu nke pụrụ ịgba ajụ ịdị ndụ. Gaa ozugbo na ụlọọgwụ maka ihe omume dị oke ọkè Ọ bụrụ na ị bụ onye na-eji ya ma choro kwụsị, ma ọ bụ mgbado amalitelarị.

Akara na ị na-enwe nnụọcha dị egwu—gaa ozugbo na ụlọ ọgwụ:

- N'ọnụ ụlọ ọ bụla, ọbụlakpu nke ọ bụla, n'agbanye ma ọ bụ na ọ dị adị naanị obere oge.
- Mgbagwoju anya, mgbanwe nke uche, ma ọ bụ ihe ndị na-adịghị dị n'anya—nke a pụrụ ịmalite ngwa ngwa, ọ bụghị otu ụdị mmasị.
- Mmetụta nke ịda mba siri ike, jikọtara ya na ọsịsọ na-agba ọsọ, nnụọrịa dị elu, ma ọ bụ mmiri ụfụfụ (mmerụa ahụ).
- Mmiri ọsụ na-adịgide, ma ọ bụ na-eto eto karịa.

⚠ LEZI EKWU.

Enweghị ọgwụ na-agbanwe ihe maka mgbaji ahụike nke GHB, enweghịkwa ọgwụ ọ bụla sitere n'aka FDA (Federal Drug Administration) iji gwọọ mgbe ịgba GHB gasịrị—dị iche na opioids (Naloxone) ma ọ bụ akụrụ (benzodiazepines nwere usoro dị mma na zuru oke). Nke a pụtara na ogo nke udo ahụ dabere karịa na otú onye dọkịta si amata

GHB. Nkebi 8 nke ntuziaka a dị ebe iji nyere gị ma ọ bụ onye na-akwado gị aka ịrịba ama maka usoro gwọọ ziri ezi, ọ bụrụ na ndị otu ahụike na-adịghị amata GHB.

Nkebi 1 - Nke mere ụzọ a dị iche na ihe ndị ọzọ n'usoro a.

Kedu ihe na-eme ka ọ dị iche?	Nke ahụ dị mkpa.
Oge ọ malitezu.	Oge GHB na-eyi n'ime ọbara bụ naanị 30-60 nkeji. Mgbado malitezu n'ime awa 2-6 ka oge ikpeazuụrụ ahụ, maka onye na-eji ya eme ihe (dependent user) — ọkara karịa akpom (6-24 hours) ma obu benzodiazepines (12-48 hours). Enweghị opekempe oge nchebe tupu "ikpeazuụrụ ahụ" wee ruo "ihe ize ndụ."
Adịghighi ịdị na-achọpụta.	Ọghom nke ọrịa adịghị mgbe niile na-esote oke iji—onye na-ekwu oké oké ihe a na-eji, ma ọ bụ onye eji ya nwere ike ịbụ nke dị iche (a na-ahụkarị nke ukwuu na GHB precursors dị ka GBL na 1,4-BD), nwere ike igosi oke ọrịa karịa ihe atụ.
Ụdị ọrịa na-emetụta uche nke pụtara nnukwu mgbagwoju anya na mmetụta adịchaghị echiche.	Nke a abụghị naanị mmetụta ọzọ na-eto eto. Mmetụta mgbe ịkwụsị GHB nwere ihe ndị dị ka: iwe, nhụchaghachi, echiche na-adịghị mma, na nnukwu mgbanwe na-eme na ahụ—a bụ ya nsogbu neurological nke ukwuu, ọdịiche ọnụnọ ya sitere na "delirium tremens" nke mmanya.
Enweghị usoro ọgwụgwọ zuru ezi.	Mgbe mmadụ kwụsịrị ịṅụọ ihe ọṅụṅụ, enwere usoro ndị a na-eji mgbaàmà benzodiazepine iji nyere aka. Mgbe mmadụ kwụsịrị iṅụ ọgwụ opioid, ha nwere ike ji buprenorphine ma ọ bụ methadone. Ọ gwụla GHB, enweghị usoro ọgwụ na-emetụta ahụ nke FDA (FDA) kọwara maka ya — baclofen (onye na-agba GABA-B, sistemụ receptor ahụ GHB si arụsi ọrụ) bụ nhọrọ nwere ihe akaebe kacha ukwuu, mana ndị dọkịta na-ahazi mgbaze adịghịkarị na ha nwere otú oge dị ukwuu iji jiri ya.

Nkebi 2 - Oge nke Mgbado.

Oge.	Kedu ihe na-eme?	Kedu ihe ga-esi gaa.	Kedu ihe ị ga-eme.
Elekere 2-6 (Mmalite - oge maka nlekọta ahụike).	GHB na-apụ ngwa ngwa; ndị nnabata GABA-B adịghị n'otu ebe ligand ha; glutamate na-erubegharị; akụkụ HPA na-arụ ọrụ.	Mmụọ mmadụ, mmetụta, ọchịchị, ume dị ngwa, mgbu onunu – ihe ndị a malite nwere ike ịdị ngwa ma nwee ike itinye ya na ụzọ nke mmụọ mmadụ dị otu esi bịara, mana ọ pụrụ ịlaghachi ngwa.	Nke a bụ mgbe ọgwụgwọ ahụ (baclofen ma ọ bụ benzodiazepines, Nkebi 8) ga-amalite, ọ bụrụ na onye ọrụ nke na-adị oke adịchaghị na-ahụ maka usoro mgbado. Ọ bụrụ na ị magburu onye nlekọta ahụike ma

Oge.	Kedu ihe na-eme?	Kedu ihe ga-esi gaa.	Kedu ihe ị ga-eme.
			mgbaama ndị a dị: gaa ozugbo na ebe nrụzi ahụ (ER).
Elekere 12 ruo 72 (Oge kacha emetụta).	Oge kacha elu nke mgbanwe na receptor GABA-B; oge dị oke egwu maka mgbụsịputa na ọrịa psychosis/delirium nke edoro na Nkebi 1.	N'ime usoro mbụ ahụ, ọ pụkwara ịgụnye mmetụta dị ukwuu, mgbagwoju anya, ihe na-apụtọ, na "autonomic storm" (mmalite obi, nniji elu, mmiri ozuzo).	Windou a chọrọ nlekọta ahụike nke ndị ọrụ—nlekọta dị mma na ụlọọgwụ ma ọ bụ ịkwacha ihe mgbochi n'okpuru ntuziaka, ọ bụghị iji ya naanị n'ụlọ, maka onye ọ bụla nwere usoro mbelata.
Ụbọchí nke 3 ruo ụbọchí nke 7.	Ihe omume na-emetụta ahụ ike, mana ọ nwere ike ịgbado ma ọ bụrụ na a gbakọọ ya n'oge; sistemụ GABA-B ka emetụtala nke ukwuu.	Mmụta na-enweghị amata, enweghị onye ji ụlọ, na mmetụta ahụ dị iche iche mgbe nsogbu mbụ na-adịbeghị; ọ ka chọrọ nlekọta nke ọma.	Aghịkwaghị ịbelata ngwaọrụ ọgwụ ọ bụla nke na-eji maka ncheta (baclofen ma ọ bụ benzodiazepine) n'oge a - usoro mbelata ahụ ga-adị ntakịrị, dị ka ederede na Nkebi 8.
Izii 1-4.	Mmalite nke mmepe GABA-B receptor; nkwụsị oge oge (ọ bụrụ na ọ ka gaba), na-agafe n'okpuru ntuziaka dọkịta.	Mmụba oge oge; mgbagwoju anya na-agbanwe agbanwe; ụlọ ọgwụ na-eto eto nwayoo.	Ụdị ihe ndị na-enyere ahụ aka niile malite (Nkebi nke 9). Nke a bụkwa mgbe nyocha DNA, ọ bụrụ na e chọpụtara ya, na-abụrụkarị ihe dị mkpa (Nkebi nke 5).
Afọ 1 ruo 3.	N'ime oge na-agbanwe, ọ nọghị naanị na mbido ruo ebe ọtụtụ—usoro a na-arụ ọrụ nke ngwaahịa karịa GABA-A.	Mgbe mgbu na-agba ọsọ (usoro PAWS nke edokwala maka GHB), ọ dị mkpa ịjụkwa ya n'ime, ọ bụghị naanị ilebara ya anya.	Ịdọga ụkpụrụ mmịpụt nke anwụ, ime ọkwụ, na usoro mgbakọ ahụ dị n'Ise 9 bụ ihe kpebiri ka nnukwu mgbanwe ndị a nke PAWS ga-emetụta.
Afọ nke 3 ruo 12.	Oge mụbaa GABA nke bụ isi - n'ezie, 3-6 ọnwa, ogologo karịa ọtụtụ ihe ndị ọzọ na	Mmụba dị ngwaa na nke ezigbo; mgbagwoju anya nke PAWS na-adakwa, na-ebelata	Nke a abụghị oge iji belata enyemaka n'oge ọzọ.

Oge.	Kedu ihe na-eme?	Kedu ihe ga-esi gaa.	Kedu ihe ị ga-eme.
	akwụkwọ a.	n'ọdịnihu na ike.	
Afọ 12-18 na ọzọ.	Nke ọzọ, mmanụ GABA-B na-agbakọta nwere ike ịlaghachi n'ọnọdụ ya zuru ezu.	Ụdị ọkwa dị iche kpamkpam - ọ bụghị naanị ịgbado mgbaàmà, kamakwa usoro ahụ na-arụ ọrụ n'onwe ya, na-emezi onwe ya.	Nke a bụ mgbanwe dị ukwuu, ọ bụghị naanị oge na-agafe. Ọ chọrọ itinye aka site n'ihi usoro ndị dị na ntuziaka a, ọ bụghị naanị ilebara ya anya.

THE CENTURION

Lelee ka oge a dị ogologo karịa akwụkwọ nduzi maka benzodiazepine ma ọ bụ methamphetamine na usoro a. Akwụkwọ nduzi GHB nwere ihe yiri nke a: 'dị iche na ọtụtụ mgbakọ ndị ọzọ eji, ebe oge kachasị mkpa dị naanị otu izi na abụba (4-8 izii), mgbanwe GABA-B receptor GHB na-eme adịwute ngwa ma nọgide ogologo. Ọnweghari, ọkpụrụ nke GABA na-ewe ihe ruru 3-6 ọnwa.' Iji akwụkwọ nduzi benzo ma ọ bụ meth dị ka ihe atụ ebe a ga-eme ka ị hụ na mgbake ahụ adịghị arụ ọrụ mgbe ọ nọkwa naanị na-agafe oge ya.

Ụdị 3 - Olee Ka O Ga-adụ?

[Ị ga-enwe mmasị ịmụta ihe ndị a.]

* Otu ụbọchị.
* Iji nwee ahụike dị ukwuu, ọ gaghị adị ka nke gara aga ruo otu afọ.
* Ọ bụrụ na ịchọrọ inye onye ọgbụre aka, jide n'aka na ị ga-enwe ndụmọdụ nke doro anya.

[Ị nwere ike ịnweta enyemaka site na iji findahelpline.com.]

Aza nke eziokwu n'ime ihe a bụ ogologo karịa ọ bụla ụdị ihe ndị ọzọ ruo ugbu a. Ọnweghari nke GABA-B na na-ewe ihe dị ka afọ 12-18 iji kwụsie ike zuru oke abụghị naanị mmetụta na-adịkwaghị, kama ọ na-egosi sistemụ erianwu na-ewulite usoro nchebe nke ya n'ime, mgbe e mechara ya site na ihe dị otú ahụ a na-eji kwa ụzọ 2-3 awa ruo ụbọchị niile, maka oge ọtụtụ. Ọ dị mkpa ịkwa ántu banyere nke a:

maka onye ji GHB mgbe ọ na-eji ya otu a, GHB abụghị naanị ihe eji — ọ bụ usoro nchebe sistemụ erianwu na-arụ. Iji wezie usoro nchebe dị n'ime chọrọ oge.

Ebe a na-anụ gị.

Ọ bụrụ na ị nọ ná ọnwa nke ise ma ọ bụ isii wee ka ịnụ ụda mmetụta nke ịbụba adighị gbanarịrị, na-abata naanị, nke ahụ abụghị ihe ebe a na-egosi na usoro nrụzi ahụ anaghị arụ ọrụ — dị ka oge echiche dị n'elu, ị nọ ná ebe bioolojii kwuru na ị ga-nọ. Oge mmechi nke usoro a eto na ihe karịrị otu afọ, ọ bụghị izi. Ọ bụghị ọnụọgụ na-atụ ụjọ. Ọ bụ eziokwu, yana oge ahụ na-egosi na mmetụta ịbụba nke ị nọ na-enwe ka a tụrụ anya ya, ọ bụghị ihe na-egosi na ị naghị arụ ọrụ.

Nkebi nke 4 - Ihe Ndụ Ga-adị Gị Ka Oge Nke Uru

* Mgbe ụfọdụ, ị nwere ike inwe mmetụta na-agbanwe agbanwe.
* Ọ bụ ihe a na-ahụkarị ka mmadụ na-enwe ọghom ma ọ bụ nnukwu iwe mgbe ha na-elekwasị anya na ndụ ha.
* Ị nwere ike inwe ụdị mmetụta dị iche iche, dịka:
    * Ihe ịhụ
    * Ụda
    * Mgbagwoju anya
    * Mmetụta nke ọma maọbụ ọghom

Ọ bụ ihe dị mkpa ka ị mara na a ga-adị gị aka. Ị nọghị naanị.

N'ime oge mgbe nsogbu ahụike dị oke gbasara nke ederede na Nkebi 2, oge mgbake nwere ọdịnihu pụrụ ịkọwa nke ọma.

- Mmụọ ọjọọ nke na-abata dị ka osisi, ma ọ bụghị ụda mgbe ebighị ekwe—a chọpụtala na a na-ahụ ọnọdụ a n'ime usoro mgbake GHB, ọ bụghị ihe ngosi na ihe egwu nke ịlaghachi adighị.
- Ụlọ ọrụ nke dị oke mgbagha iji wezuga, karịsịa maka onye ọ bụla nwere mgbakwunye na abalị iji jikwa ụlọ ọrụ ahụ – usoro nnwere ahụ ga-amụ otu esi ebute ụlọ ọrụ ma kwado ya naanị, na-enweghị ihe mejupụtara GABA-B nke na-arụ ọrụ ahụ n'ebe dị iche.

- Ụdị mgbagwoju anya dị iche, ọ bụghị naanị nke emechabe – maka ndị ọrụ na-eji ya ogologo oge na ugboro dị elu, akụrụngwa a tinyere usoro nke ụbọchị (oge mgbado ọzọ adịghịkarị ikpeazu awa ole na ole). Ịkwepụ ya nwee ike ibunye mgbagwoju anya nke oge na onwe, tupu nnụpụ nke kemikal ndị na-arụ ọrụ n'ahụ – ọ bụghị naanị 'kedu ihe m na-achọta', kamakwa 'kedu ihe m ga-eme n'oge m?'
- Mmetụta nke sistemụ na-arụ ọrụ onwe ya nke nwere ike ịgbanarị mgbe mgbụsịsị ahụ gasịrị – obi na-agba ọsọ ma ọ bụ mmiri ozuzo na-apụta n'ihi ihe ndị dị nkpa, mana na obere ikike, dika ụdị "storm" nke sistemụ na-arụ ọrụ onwe ya nke a na-ahụ na ngwakọta mgbụsịsị ahụ.

Nkebi nke ise - Njikọ Ndụ na Gene.

Jini.	Kedu ihe ọ na-achịkwa.	GHB na-emetụta ọdịmma ahụ.
GABRA2	GABA-A receptor alpha-2 subunit — ọdụ ụdị mgbochi na-adịgide adị.	Ọ gene kachasị mkpa maka mmetụta GHB. Ndị na-ebu ụdị gene a nke nwere ọhụrụ dị oke elu nwere usoro echichi nke adịghị ike, ma GHB na-agbanwe usoro ahụ ike a nke ukwuu. Ụdị ihe omume a pụtara na oge nrụgharị GABA ga-adị ogologo, mgba ọrịa PAWS ga-adị oke, yana ọ dị mkpa (ọ bụghị nhọrọ) ịrụ ọrụ iji wulere GABA n'ime ahụ—lee nkebi nke 9.
GABBR1 / GABBR2	Gene ndị ọdụ GABA-B, ebe GHB na-eme ihe dịka ọdụ bụ.	Gene ndị kachasị dị mkpa maka GHB, na tụkwasị ya site n'ihe GABRA2 si emetụta benzodiazepine na akụrụ mmanya. Mgbanwe dị n'ime gene ndị a na-emetụta enweghị mmetụta nke onye ọbụla GHB na oke mgbe receptor GABA-B na-ebelata site n'iji ya ogologo oge. Ụzọ ịnwale adịghị zuru ezu ugbu a, mana ọ dị mkpa ịlelee ya ka ihe omume na-agbanwe.
COMT (Val158Met)	Mmepụta dopamine na mmechi kemikalụ maka oke mgbagwoju anya.	Met/Met ('Sage,' oge ọdịda) na-apụta karịa n'ọtụtụ ọnọdụ ebe mmadụ na-eji GHB n'ihi ụzụ nke ịba mgbaa. Nke a bụ n'ihi na GABA-B anxiolysis nke GHB na-enye na-enyere aka belata sistemu ahụ, nke na-enwe ọtụtụ mmetụta. Val/Val ('Warrior') na-apụta karịa n'ọtụtụ ọnọdụ ebe mmadụ na-eji GHB n'akụkụ ihe ndị na-agbaze; GHB na-enyere aka belata ụzụ nke ịba mgbaa. Nke a na-emetụta ụzọ eji kwalite ahụike: Sage chọrọ iweghachi udo, naanị Val chọrọ njikwa maka mmetụta

Jini.	Kedu ihe ọ na-achịkwa.	GHB na-emetụta ọdịmma ahụ.
		agbaze.
MTHFR	Methylation - mmepe nke neurotransmitters.	GHB na-emepụta ọghom ndị dị n'ime ahụ nke na-ebute ụdị mgbaọma ụfọdụ. Ọgwugwu 5-MTHF bụ ihe dị mkpa, ma ọtụtụ oge na-enye mmetụta dịka a na-ahụ ya ngwa ngwa. GHB nwekwara ike imepụta vitamini B site n'ime usoro metabolic ya, yabụ na enyemechara ịnye aka maka methylation bụ ihe dị mkpa karịa "ọ dabeghị".
DRD2 / ANKK1 (Taq1A)	Nkezi ọdụ ụlọ nke receptor dopamine D2 - Syndrome nke Ụdị Nkwarụ.	Ọ bụkwa ihe dị mkpa n'ebe ndị na-eji kemịkalụ maka mmemme na nightlife, ebe GHB na-enye obere uru dopamine nke na-enyere aka wepụ naanị ụfọdụ nsogbu nke RDS. Ihe mgbanwe zuru oke ga-ewulite usoro uru dopamine n'ụzọ dị ọcha, ma ọ bụghị naanị, iji gbochie mmetụta okwu ahụike na-akpata ịchọ GHB (ma ọ bụ ihe ọ bụla na-ebufe dopamine).
SLC6A4 (5-HTTLPR)	Nkwụnye serotonin transporter.	Ndị na-eji ọgwụ mgbagwoju anya adịghịkarị na-enwe nnọọsịa, nke nwere ike itinye ha n'ihe ndị na-adịghị mma dị ka iji ọgwụ belata ụlọ ọrụ. Ọtụtụ ihe ndọtachie ga-elekwasị anya na sistemu serotonin yana GABA—5-HTP na 5-MTHF na-enyere aka n'oge mgbanwe.
CYP2C19 / CYP3A4	Mmetụta nke baclofen na benzodiazepine ndị eji n'ịkwadoro mmadụ si na GHB.	Ọ bụ eziokwu na ndị mmadụ na-emetụta ọgwụ dị iche iche n'oge ụdị ahụ. Ndị na-emetụta baclofen nke ọma nwere ike ịnweta ọgwụ ahụ n'ọtụtụ adọsịrị, ebe ndị na-emetụta ya ngwa ngwa enwekwaghị ike ịnweta ya n'adọsịrị ma ọ bụ na ha chọrọ adọsịrị dị elu. Gwa dọkịta na-elekọta gị maka ozi ọ bụla gbasara ọnụahịa metabolism nke onye ahụ.
ADH1B / ALDH2	Mmiri ara na usoro mmetụta nke 1,4-BD.	Ọ bụrụ na ị na-eji 1,4-BD, nwee n'uche na ụzọ ADH/ALDH na-agbanwe 1,4-BD gaa GHB n'ime afọ. Ndị ALDH2*2 ndị ji 1,4-BD yana mmanya ga-enwe nsogbu karịa n'ihi na a na-agbanwe usoro ahụ, ma ọ bụkwa n'ihi ihe dị ka acetaldehyde; ya mere, ọ dị mkpa ịnwale ọrụ afọ maka ndị otu a.

Onye Kpọtụrụ Karịa - Ịkpọta Gene ndị Ahụ ọnụ.

Source: Who is most likely to develop dependence in the first place?

Output: Ọ bụ kedu onye nwere ohere karịrị ịmepụta mmetụta?

Source: Whose withdrawal and taper will be hardest once dependence exists?

Output: Kedu onye ga-enwe nnukwu esemokwu mgbe ha na-agbalite maọga ihe a nwere ike ịkpata mmetụta?

Ajụjụ.	Ụdị Gene Kpuuru Nke Zụlite Ibu.	Gịnị kpere?
Onye kacha enwe ọgaranya GHB?	GABRA2 dị oke egwu + COMT Met/Met ('Sage').	Nke a bụ otu "mmeghari siri ike" ahụ nke akwụkwọ nduzi na-akpọrịta maka ihe ndị na-emetụ GABA: usoro nchebe dị oke ọnụ, nke adịghị arụ ọrụ (GABRA2) jikọtara ya na sistemu eriri nke na-enwe nnukwu mmetụta mgbe niile, nke siri ike ịkwụsị (Met/Met). Ihe GHB na-eme n'oge dị adị, bụ nke na-adọpụ uche nke ukwuu, bụ maka ụdị mmadụ a naanị: ọ bụghị na onye ahụ nwere obere ike, kama GHB na-azaghachi ajụjụ ndụ nke pụtara ya karịa ka ọ na-aza onye enweghị usoro a.
Enyela onye ọ bụla pụọ, ma n'agbanyeghị ihe kpatara ha si ebute, enyela onye ọ bụla pụọ.	GABRA2 na-emetụta ọtụtụ egwu ahụ, yana mgbanwe na GABBR1/GABBR2.	Ihe ndị a bụ gene ndị na-emetụta receptors, ọ bụghị gene ndị na-emetụta mmetụta. GABRA2 na-etinye ihe omume nke inhibition; GABBR1/GABBR2 na-etinye mmetụta na ọkwa nke ibu mgbanwe na receptor GHB si arụsi ọrụ. Profaịlụ a na-atụ aro na ịkwesịghị ibi nwayọ, yana PAWS (Post-Acute Withdrawal Syndrome) ga-adị oke ike, n'agbanyeghị otú onye ahụ si eji ihe mgbochi ahụ.

⚠ LEZI EKWU.

COMT genotype adịghị apụta dị ka ihe na-etinye aka na ịdị mma nke usoro mbelata – ọ bụ gene ndị metụtara receptor GABA nwere ike imerita ya, ọ bụghị ọsọ nke ịkwanye

dopamine. Ihe COMT na-egosi bụ ihe kpatara onye ahụ ji eji akụkwa dị iche, na ụzọ usoro nrụzi ya ga-aga. Onye nwere 'Sage' profile (Met/Met) na-ebelata GHB chọrọ ka a jikwaa usoro mbelata ahụ otu ụzọ ahụ dịka onye ọ bụla nwere ọnọdụ GABRA2/GABBR ya – mana arụmọrụ nrụzi ya ogologo oge ga-elekwasị anya na ịgbakwunye udo (anxieti ahụ dị tupu GHB wee chọrọ aziza ziri ezi). Onye nwere 'Warrior' profile (Val/Val), nke pụtala karịa. Iji gbochie mmetụta nke kemsex na stimulants, ọ dị mkpa ịmeputa ụzọ ndị ọzọ iji nweta obi ụtọ, ọ bụghị naanị ihe mgbagwoju anya. Debe ụkpụrụ maka itinye aka n'ihe omume ndị a, mana jide n'aka na ịgafe usoro mbelata ahụ nke ọma; ebe ọ dị mkpa inwe ebumnuche ịtọlitekwu mgbe emechara.

Nkebi nke 6 - Ndị Otú Ọ Dị.

ọnọdụ	Kedu ihe na-eme ka ọ dị iche?
Sodium oxybate dị maka ọrịa narcolepsy na-emetụta ahụ (cataplexy).	Sodium oxybate (GHB na-eji maka ọgwụ), bụ ụzọ kachasị mma iji gwọọ ọnọdụ a, ma mgbe ahụ, ịdabere ya bụ ihe dị mkpa n'ihi usoro ọgwụgwọ ziri ezi, ọ bụghị ihe omume na-adighi mma ma ọ bụ ihe ngosi nke iji ya eme ihe ndị ọzọ. Ikwesiwa ya aka chọrọ enyemaka nke onye dọkịta na-ahụ maka ahụike nke ụbụrụ, n'ihi na mgbaàmà narcolepsy yiri ka a na-ejikwa ga-apụta ọzọ mgbe ịkwesighara ya. Ụzọ ndị ọzọ iji gwọọ narcolepsy (modafinil, armodafinil, solriamfetol, pitolisant) kwesịrị ịrụ arụ ọrụ nke ọma tupu ma n'oge na-agwọ ya. Nke a bụ ihe onye dọkịta na-ahụ maka ahụike nke ụbụrụ ga-ekwu, ọ dịghị mkpa ka onye ahụ na-enwekarị ya kwesigha ya aka naanị.
GHB eji dị ka ihe ndị mmadụ na-eji kpọghee ihe ọṅụṅụ.	Ụfọdụ mmadụ na-eji GHB naanị iji belata ịsa nnu—na-etinye otu ihe mejupụtara GABA maka ọzọ, mana nke nwere ọnọdụ egwu dị iche. GHB nwere ike inwe mmetụta ọjọọ na akpụkpọ ahụ karịrị ịsa nnu ukwuu mgbe e ji ya n'oge ala, mana ọ nwere oke ifunanya na-adịkarị na egwu nke ịgba umu. Ọ bụrụ na nke a pụtara gị, mmetụta abụọ ahụ nwere ike igosiputa, ma enwere mkpa maka nyocha medikal maka mmetụta GABA mejupụtara tupu ịgbalịa ibelata ihe ọ bụla.
Mgbakwunwe ahụike / iji maka ịbawanye ọsị na-emetụta hormon mmepe.	GHB na-akpali mmepụta hormone mgbasa pituitary n'oge obere dosages, nke ndị na-ese afọ na ndị na-asọmpi egwuregwu na-eji naanị maka ihe a — ọtụtụ n'ime ha na-eri ya kwa abalị, wee hụ ya dị ka usoro inwe ahụ ike na mgbasa, karịa iji ya dịka akụkụ nke mmemme. Ọ bụ eziokwu ma ọtọlaghị na a mara oke GHB na-ebute nsogbu nkwụsịtụ n'ihi na ọ naghi agbanwe dị ka mmetụta nke iji akwukwo eme ihe: onye ji ya na-eri ya naanị, n'oge atọrọ, maka ebumnuche dị iche, nke pụrụ ịgbaso oge a gafee tupu onye ahụ aghọta na ọ na-ebute nsogbu nkwụsịtụ. Usoro iji ya kwa abalị bụ otu usoro ahụ. Ọdịnala, usoro nke ọgwụ na-eji, bụ otu ụzọ zuru oke iji wulite tolerance na mmetụta ahụ—ma e wepụtara ihe kpatara ịgba ya. Imegharị ga-adị gị ka ịga naanị n'ime GABA system, kama ọ ga-agbaso axis nke growth hormone (GH) ozugbo. Usoro ndị GH na-akwakọba nwere mmetụta dị ukwuu (dịka ụra miri emiri, mgbe eji nwayọọ nwayoo anwansi, akporide akpọrọde) ga-adịkarị ka usoro ọgwụ; peptides GH-secretagogue nke dọkịta na-ahụ maka ya

ọnọdụ	Kedu ihe na-eme ka ọ dị iche?
	(dịka ipamorelin) emetala iji nyere aka n'ọnọdụ ụfọdụ. Ndị a dị otú ahụ, mgbe ugbu a, chọrọ usoro ọhụrụ: ịgba akwụkwọ nke na-abụta mmetụta maka ihe ndị ndụ (dịka imeju) ma na-ebute mmetụta ahụ adịghị iche ma ọ bụ dị ala. dị ka ọ bụla n'akwụkwọ ntuziaka a - anụ ahụ adịghị enyocha ihe ndị e kwuru.
Festival egwu na ọdụ ụlọ egwuregwu.	Nke ọma, otu n'ime ụzọ kachasị ewu ewu ndị mmadụ na-ebute GHB bụ: ọnụnọ ya na-enye obi ụtọ, na-eme ka mmadụ na-emekarị udo, nke a na-eji maka oriri na ọṅụṅụ na egwuregwu, mgbe ụfọdụ na-ejikwa ya na MDMA, ketamine, ma obu ihe ọṅụṅụ. A na-eji GHB a iji nwetakwuo obi ụtọ ma ọ bụ wee belata mmetụta nke ihe ndị na-adịgide adịgide. Nke a bụkwa ebe ihe egwu nke 'enweghị atụ' nke Nkebi 1 si dị: GHB nke a na-eji n'oge egwuregwu ma obu ụlọ ọrụ, anaghị ekpuchi ya, a na-ejikwa ya site n'aka ruo n'aka, enweghị ozi gbasara ihe ọṅụṅụ ahụ. Ọtụtụ ndị mmadụ amabeghịkwa otu GHB ha riri na mgbede. Ihe dị iche na-abụta GHB nke ọ bụla. Ọ bụghị ihe dị oke egwu n'ebe a; ọ na-abụkarị. Nke a bụ ihe kpatara mgbe ụfọdụ, mmadụ na-eji GHB karịa iji ya, ma ọ bụ na-eji ya nke ukwuu, n'oge ememme na klọbụ. Ọtú ahụ si ebute mmetụta a na-achọ, dị ka inwe obi ụtọ na mmekọrịta, ma ọ bụ inyere aka ịnwụ anụ, enwere ike ime naanị n'oge ememme; mana mgbe ụfọdụ, ndị mmadụ ga-eji ya n'etiti ememme iji nweta otu mmetụta ahụ. Ọtú ọ dị, ha na-eji GHB ugbu a karịa, ma ha enweghịkwa amara ya. Ndị mmadụ na-ejighị GHB naanị n'oge ememme; ha ga-eji ya mgbe niile. Ọtú ọ dị, ndị mmadụ na-eji GHB na akpomọkwu (alcohol) karịa, n'ihi ebe a. Lelee 'Hard Fail' nke Section 5 maka ozi ndị ọzọ.
Ihe omume ịgbasa vidiyo na-ebufe ndụ na mmepụta ihe ntanetị maka mgbasa ozi.	Ụdị ebe a dị iche na ụdị ndị ọzọ, ma ọ ga-akpọ aha ya n'onwe ya kama ịtinye ya na "ndụ abalị" n'ozigbo. Iji vidiyo, maka onyinye, na-abawanye uru nke ọzọ site n'ime usoro kemịkalụ — nlebaanya ndị na-ele vidiyo ahụ n'oge ahụ na mmetụta ha na-ebute na-akpali sistemụ mgbagwoju anya (dopaminergic) yiri nke ihe a na-eji, na abụọ ahụ nwere ike ịkwado ibodo ma mee ka mmadụ si otú ahụ belata ọsọ karịa ka ọ bụrụ mgbe ọ na-eji ya naanị. Ụdị ebe a na-agbanwekwa usoro nchekwa nke ụfọdụ akwụkwọ nduzi a: onye dị n'ebe ahụ nwere ike ịmatụ mmetụta nke ihe a na-eji, ma ọ bụ overdose. Ọrụ ndị a: kpọọ maka enyemaka, tọọ mmadụ n'ọnọdụ nrụpụta, wepu ihe ndị ọzọ site na ebe. Ndị na-ele vidiyo dị ndụ (livestream) enweghị ike ịme otu ụkpụrụ ahụ. Ihe oyiri abụghị ihe nchekwa, ma ọnụ ụlọ jupụtara ndị na-ele bụ, n'eziokwu, otu ihe ahụ dị ka onye ji onwe ya. GHB ma ọ bụ GBL nke oge a na-ebufekarị n'ime akwalu ndị ejiri eme ihe ndị ọzọ — akwalu mmanya, akwalu ihe ndina egwuregwu — mgbe ụka site n'aka onye nke atọ karịa ka onye ji ya si ejegharị ya, nke a na-eme ka ihe omume nke 1 gbasara oke na adịghị mma dị, bụrụ ọkwa abụọ: enweghị nkwa maka ihe dị n'ime akwalu ahụ. n'inwe amụma banyere ike ya.

Ebe a na-anụ gị.

Enwere usoro dị mkpa a na-akpọ aha nke adịghị etinyere n'ime tebụl ahụ n'elu n'ihi na ọ naghị abụkarị gbasara ihe kpatara onye mmadụ ji GHB — kama ebe ọ na-eji ya. Mgbe ebe, ụlọ egwuregwu, otu enyi, ma obu obodo kwụsịtụrụ ma ọ bụ wepụrịrị onye mmadụ n'ihi iji ya, a na-enwekarị naanị ihe ole mahapụtara. Ihe di iche bụ ebe ọ na-eme. Onye mmadụ nke na-eji GHB n'etiti ndị ọzọ — ọ bụrụ na ọ dịkwuo mma, ma obu ọ dị ala— na-aghaghị ịgbanwe iji ya naanị, n'ụlọ, pụrụ iche n'ihi na ebe obodo ahụ nke na-ezochi omume a adighi eme. Mgbanwe a sitere na 'onye dị nso Ọ dị mma ịghọta na "enweghị enyemaka" adịghị abụchi ihe nta. Ọ bụ naanị ihe ahụ na-etinye aka na-akpachapụ ma ọ bụ na-ewu ewu nsogbu nke overdose, wee kpuo ma ọ bụ tụfuo onye ahụ. Ihe ndọrọndị, n'iweghachi ya, na-ebufe mgba ọchịchị na ihe ndị a na-ele anya, ma na-eme ka ha ghara ịdị mfe. Ọ bụrụ na nke a kwesịrị echiche gị – imepe ụzọ, imebi mmekọrịta, obodo na emepere ọtụtụ ihe – mgbagharị ahụ adịghị ewekarị ka ị ga-eme ya naanị. Ọ bụ nsonaazụ nke ebe enyemaka dị, ọ bụghị ikpe maka ịbaara gị anya.

Ụdị 7 - Jiri Usoro Nhazigharị.

Ọtụtụ akụkụ nke ntuziaka a, n'iweghachi ihe ndị dị mkpa, na-akpọtụrụ ụzọ kachasị emetụta GHB, ebe ọ bụ na ụzọ ahụ nwere ike etu onye, ma ịgbanwe ụzọ ahụ ziri ezi dị mkpa karịa ihe ọ bụla. Mana ndị mmadụ ole si GHB adịghị na ụzọ emetụta ahụ, yana onye ji GHB otu ugboji n'izu nke chọrọ ịkwụsị naanị, chọrọ azịza dị ichekwa karịa 'gaa ụlọ ọgwụ,' ọ bụghị naanị ihe atụgharị nke okwu ahụ.

Ọkwa.	Nke a.	Ihe ọghụgụ nke ịdabere na ihe / mgbe ejiri ihe ahụ kwụsị.	Kedu ihe ọ ghaghị ịmere iji kwụsị ya?
1 — Ọ dị oke mkpa / enweghị ya.	Enweghi usoro ọzọ.	Nke dị nta nke ukwuu.	Ọ dịkarịa mma ịghọta na ọdịmma ahụ adịghị eme mgbe niile n'oge a. Ọ bụrụ na ị chọrọ ilebelata ya, ị pụrụ ilebelata ya ozugbo. Isi ihe dị mkpa bụ ịghọta ihe mere eji amasị gị (tubu nke 6 nwere tebụl maka ozi). Nke a ga-enyere gị aka iziga mmetụta ahụ, yabụ na ọ ghakwaa mmemme ọzọ.
2 — Ụbụrụ/omume dị mfe	Otu onwa ma ọ bụ obere ya, jikọtara na ụdị ihe omume ndị a chọrọ (egwuregwu, mmụọ mmadụ, wdg.), na-enweghị mmepe oge.	Nkezi.	Ọ bụ ihe dị mma maka ndị mmadụ na-anọghị naanị ha na ọkwa a. Dịka ihe ị ga-ele anya: Ihe omume ahụ na-agwụsị? Ị na-eji ihe karịa nke gara aga n'oge ọ bụla? Ọ bụrụ na otu dị ka abụọ yiri, ị nwere ike ịgafe gaa na

Ọkwa.	Nke a.	Ihe ọghụgụ nke ịdabere na ihe / mgbe ejiri ihe ahụ kwụsị.	Kedu ihe ọ ghaghị ịmere iji kwụsị ya?
			ọkwa 3 kama ịlaghachi na ọkwa 2.
3 — Ọ na-eji oge dịka ọ masịrị ya, ọ naghi enwe mmasụ.	Nkezi otu izi, ọ dịgụrụ arụ, ma ọ bụghị na-atawusi elu, enweghị itinye usoro mgbe ụtụtụ, enweghị ihe egwu nke ịgbapụta ahụ nke ndị mmadụ na-ahụ n'etiti oge ọrụ (ọ dịghị mmanụ, ụlọ ọgwụ, ma ọ bụ ike ịgba).	Enwere ike ijikwa ya, ma ọ bụ na ọ dị mma, n'enweghị itinye ahụike.	Nke a bụ ndị mmadụ nke karịrị na akwụkwọ ọmụma GHB, gụnyere mbido nke akwụkwọ a. Ọ nwere ike ịdị mfe ịkwụsị iji GHB, mana 'nwere ike' adịghị 'na-akwụsị,' ya mere, ọ ka mma inwe mkparita ụka na dọkịta otu ụbọchị tupu ịkwụsị, pụrụ iche maka ikpebi ma ị nwere mmetụta nke GHB nke ị naghi akwụsị. Nkebi nke 9, Tier 1 na Tier 3 (ndi anụ ahụ na akaụnụ GABA), dị mma ebe a, wee malite ozugbo, ọ bụghị mgbe ị gwusịrị usoro nlekọta ahụike.
4 — Na-eto eto / na-eme ka mmadụ dabere n'anya.	Ihe omume ma ọ bụ usoro mgbe e ji ya na-eto; ọ bụrụ na ịhụla mmetụta ahụ dị otú a n'etiti mgbe e ji ya (nnukwu ụjọ, iji, nnweghị onye oru) ọbụlaga naanị na ịchọrọ ya kwa ụbọchị.	Na-erị elu nke ukwuu na-agba ọsọ.	Nke a bụ ọkwa ebe ịkweta dọktọ tupu ile anya na-adighị abụchi naanị ihe dị mkpa, ma bụrụ maka nchekwa—okwu ahụ adighị mma, ọbụna mgbe enweghị iji kwa ụbọchị. Ọtụtụ ihe a na-eme bụ akara nke na sistemu GABA-B na-agbanwe. Ejila oge ruo ọkwa 5 tupu ịkpọtụrụ dọktọ maka ndụmọdụ.
5 — Ọdabere (ihe atụ ahụ).	Ụbọchị atọ ma ọ bụ karịa, gụnyere usoro ịgba ahụ na abalị iji jikwaa ụra.	Ezigbo - nke a bụ ọkwa ahụ ụkpọrọ 0 na-akọwapụtara dị ka nnwere ahụike dị mkpa chọrọ itinye n'ọrụ detoxification n'okpuru nlekọta.	Aghịkwaghị ịkwụsị usoro ọgwụ ahụ n'enweghị ntuzi nke ndị dọkịta, n'ọnọdụ ụfọdụ. Usoro a bụ maka ndị bi na Section 8.

Ụlọ-obibi

Ọ bụrụ na ị nọ na ọkwa 2 ma ọ bụ 3 wee gụlee akwụkwọ nduzi niile a maka okwu mgba ọrịa, wee ji obi dị gị ntakịrị na-eche banyere ma okwu ndị ahụ doro gị aka — ọ dị mma ịkọwa ya n'ụzọ ziri ezi: ọ naghị adoro gị karama, nke bụ ihe dị mma, ọ bụghị ihe mere ka ị kwụsị iji akwụkwọ nduzi a. Ihe omume siri ike dị na nkebi 0 bụ maka ndị nọ na ọkwa 5, ma ọ chọrọ ka anyi kwuo ya nke ọma na mbụ n'ihi na naanị na ọkwa ahụ ihe mgba ọrịa nwere ike bute onwe mmadụ. Mana ịchọrọ ịkwụsị usoro otu izu, usoro nke adịghị eme ka onye ji ya bụrụ oke, bụ ihe ziri ezi iji bịa na akwụkwọ nduzi a, ma ọ ghakwaala na ọ chọghị usoro ndị dị na nkebi 8 iji mee ya n'enweghị nsogbu — karịa ihe ọ bụla, ọ chọrọ otu ihe. Dịka onye dọrọ ezi kwesịrị, mgbanwe ọ bụla dị mkpa. Ọzọkwa, ọrụ nrụnye nke na-emegharị ihe nwere ike ịme, ma ọ pụtala mma ịmalite site na usoro dị mfe karịa otu dị oke ọhụrụ.

Nchekwa ihe: Ọkè nke na-adaba n'ọdịnihụ, ọ bụghị naanị site na oke iji.

Nke a na-emetụta ọkwa niile n'ime tebụl ahụ dị elu, ọ bụghị naanị ihe ndị metụtara ya: ịnọkwanye oke adabam maka iji na-abụkarị ihe ọjọọ nke onwe ya, dị iche na oge otu mmadụ na-eji ya. Ọdịmma dị mma nwere ike atụgharị azụ, ebe ịmepụta oke adabam na-ewepụ ihe mgbagwoju anya bụ nke adabam obere, siri ike ịnweta. Mgbe onye ahụ na-eri mmanya ma ọ naghi enwe amara, n'ihi mmetụta nke mmanya ahụ, ịnọkwanye adabam dị nso na-eme ka o kwe omume iji adabam ọzọ naanị, karịa mgbe ịnweta adabam ọzọ chọrọ ịpụ, ilele, ma ọ bụ iso onye ọrụ. Nke a bụ otu ụzọ usoro atụmatụ na-arụkọta ihe ndị ọzọ. Recovery Kernel (Compendium Protocol 05) – ịnweta ya n'onwe ya bụ akụkụ nke usoro mmetụta iji belata ihe ọjọọ, ọ bụghị naanị ihe eji.

⚠ LEZI EKWU.

Ọhụrụ a na-adịkarịta n'ihi GHB n'ihi ihe Section 1 sọrọ banyere mgbanwe na-enweghị atụmanya. Ụdị nnwere ahịa dị ukwuu — karịsịa GBL ma ọ bụ 1,4-BD, ma ọ bụ GHB sitere n'isi iyi enweghị akara — anaghị enye nkwa na usoro mmepụtahụ ga-adị gbanụ. Iji tinye ihe ndị ahụ ugboro ugboro site na nnwere ahịa dị ukwuu, ebe onye ahụ amara ma ọ naghị enwe ike ịkọwapụta usoro mmepụtahụ nke o mechara, bụ ụzọ a chọpụtala bụ nke na-ebute oke ibu na mmebi. Ụdị nnwere ahịa dị ukwuu adịghị eme ka ọtụtụ ojiji ghọrọ opekempe — ọ na-eme ka ụdị omume mmepụtahụ a niile akpọrọ maka iji nkwado a. ọ ka mma.

Ọ bụrụ na imerụta ma ọ bụ kwesịkwara ihe dị mma bụ ebumnuche n'ọkwa ọ bụla nke tebụl ahụ dị elu, imerụta ụdị ihe ndị a chọrọ—ọ bụghị naanị echiche imechi—na-abụkarị usoro ziri ezi na pụtara ya yiri, na-adị iche na ihe ọ bụla metụtara ọgwụ.

Nkebi nke asatọ - Usoro Nlekọta Mgbaba Ahụike.

Aga nke a dị ebe iji nyere gị aka ma ọ bụ onye na-akwado gị ka ị rụzie maka nlekọta ziri ezi — mgba ụkwa GHB adịghị mma nke ukwuu na ahịaọrụ ahụike, yana ịnụ ụtọ nhọrọ ndị dị n'ihu nwere ike ime dị iche na ihe otu nlekọta na-enye.

Nkwụsiwo.	Mmezi.	Nkwupụta Kliniki.
Baclofen, belata oge oge (a họrọ ma ọ bụrụ na enwere ya).	GABA-B agonist - na-anọchi GHB ozugbo n'ogo receptor; oge ndụ dị ogologo na-enye ohere ịkwaghachi usoro ahụ n'otu ụzọ zuru oke.	Ụzọ kachasị ziri ezi n'ihe gbasara ọgwụ. Ọkpụrụkpụ ndị dị mkpa adịchaghịkarị, ma ọ pụtala ka ha bụrụ nnukwu - ruo 200-300mg kwa ụbọchị - na ọ ga-adị mma ịlegharịa ya nke ọma. Ọtụtụ ebe ndị na-ahazi ahụike enweghị amam dị maka iji baclofen maka ihe a; ị nwere ike ịchọrọ ịpịaka ya, site na igosiputa akwụkwọ ndinaanya (Addolorato et al. 2009; Bell et al. 2011) ma ọ bụrụ na ha amabeghị ya.
Usoro mgbanaka benzodiazepine dị elu (a na-eji karịa ihe ndị ọzọ).	GABA-A agonist - na-adozi sistemụ GABA n'ozuzu, mana na ụdị receptor dị iche na ebe GHB si arụ ọrụ.	A na-ejiji karịrị mgbọ teknuzu n'ihi na ndị dọkịta ahụike na-enwekarị ya. Ọ bụghị ihe ọgwụ dị iche iche dị ka baclofen, ma ọ pụkwara ịba ụba oke ibu iji jikwaa mgbado siri ike, yana enwere ohere dị ukwuu ijide onye na-eji benzodiazepine n'ime usoro mgbochi GHB. Ọ chọrọ nlekọta ahụike zuru ezi.
Mgbakwunye sodium oxybate na-ebelata.	Dochie ihe ahụ na molekulu ahụ n'otu ụzọ doro anya, site na iji ọkpụkpụ maka ịlechi ya, wee malite ibakwusi ya nwayo.	Ụzọ kachasị mma n'echiche - otu akụrụngwa, pharmacokinetic dị ọcha, enweghị ihe ọ bụla ịga-atụgharịa gbasara ogo nke ejiri. A na-eji ya na ụfọdụ ndị a chọpụtara maka mgba ọgwụ; e nweghị ya mara ife n'ebe ndị ọzọ, ma ọ ga-abụ site n'aka dọkịta metụtara mgba ọgwụ.
Fenobarbital.	Barbiturate dị ogologo oge nke nwere ọrụ nke GABA-A agonist; oge ndụ nke ukwuu (53-118 awa) na-enye ọkwa plasma nke zuru oke na nke na-adịgide, yana nke na-eweghachi onwe ya.	A na-eji ya n'oge ụlọ akụrume maka mgbado ọgwụ dị iche iche nke na-emetụta GABA. Ọ chọrọ nlekọta uzo ndụ nke ukwuu. Ọ bụghị ihe mbụ a na-eji, mana ọ bara uru n'ihe ndị na-adị oke egwu.
Ihe mgbochi na-enyere ndị mmadụ aka (na-abanye n'ihe ọ bụla dị elu).	Clonidine maka mgbagwoju nke sistemụ iwe; ọgwụ na-egbochi nsogbu uche (haloperidol, quetiapine) maka mmetụta ihe na ụjọ; ọgwụ na-egbochi mkpachapacha; mmiri na usoro ahịhịa.	Mgbe mmadụ na-apụ GHB, ọ nwere mgbanwe dị ukwuu na usoro ahụ ya, yana akara nke mmetụta uche. Ihe ndị a ejiji ewepụtara na-agbaso ihe ndị a chọrọ maka mgba ụkwa ahụ, dị ka ederede na Nkebi 1 na Nkebi 2.

⚠ LEZI EKWU.

Nke a bụ nkwalite na-arụsi ọrụ ike: enwere nnụnanya nke mgbosota toxicology dị n'ihe gbasara ndị na-agbanwe monocarboxylate (MCTs), nke na-eduzi ịlaghachi GHB n'ime ahụ, yana ma ịsa akwa mmiri (pH manipulation, gụnyere site na sodium bicarbonate) pụrụ inweta mmejuputa GHB n'ime ahụ. Ọ bụ ihe omume zuru ezi yiri nke eji kliniki maka ọghọm salicylate. Onwe GABA-B antagonist (SCH-50911) egosila mmetụta mgbanwe na mgbosota ndị anụmanụ, mana emetaghị ya n'oche mmadụ. Ọ bụ ihe atụ nke nkwalite ọma, dị mkpa ịmata na o doro anya. Ọ bụghị usoro nlekọta eji eme n'ụlọ, ọ bụghịkwa ihe nrụpụta maka iwu ndị dị elu. Akwụkwọ ntuziaka a adabaakwaghị ụzọ maka itinye ma ọ bụ ịgwọ ahụ; oghere pụtara n'etiti "usoro a na-arụkarị" na "a pụrụ ime ya naanị, na enweghị mmanụ," bụ ebe ndị mmadụ na-emetụta.

Mgbe ozi na-adị oke mgbagwoju anya.

Ọ bụghị onye ọ bụla na-agụ nke a nwere ike erutala ụlọ ọgwụ—nke ahụ pụtara ihe dị ka: oke anya, ọnụahịa, ọnọdụ gbasara njem ndu, obodo enweghị usoro azụmahịa maka mgba ọrịa, ma ọ bụ ihe ndị ọzọ. Nkezi a chọrọ echiche ziri ezi, na echiche ziri ezi abụghị usoro onye nwere ike ịme naanị ya—kpam wee hụ na akụrụngwa dị maka ọnọdụ a adịla ma jiri ya.

Kedu ihe ndị ọzọ dị, na-enweghị ịga ụlọ asụgbọ?	Nke ahụ dị mkpa.
Ozi maka ihe egwu. [Maka ozi ndị ọzọ, gaa na findahelpline.com] Nke a abụghị ihe dị oke mkpa. Ọ bụrụ na ị chọrọ enyemaka ahụike, kpọtụrụ onye dọkịta maara. Iji enyemaka ahụike adịghị eme ka ị bịa n'ihe egwu.	Ọtụtụ mba nwere ụlọakwụkwọ ahazikpe maka ihe egwu na ọgwụ ndị na-emetụta ahụ ma ọ bụ ndị ọrụ na-enye oge, nke ndị dọkịta zụrụ nke ukwuu iji kwado ndị mmadụ naanị n'ihe gbasara ọnụnọ a site n'ịkpọ oku—gụnyere mgbe ịgba ụgbọ ala adịghị mfe. Nke a bụ nduzi dị ọcha na-abịa ozugbo, ọ bụghị akwụkwọ. Iji kpọọ ha bụ ihe dị iche ma nọkwa n'eziokwu karịa iji naanị akwụkwọ, ọbụlagodi site n'ebe anya, ọbụlagodi mgbe ụlọọgwụ enweghị ike ịnweta onye ahụ ngwa.
Tele-ahụike, ebe ọ dị.	Vidiyo dị ndụ ma ọ bụ njikọ telefọn na onye dọkịta, ọbụlagodi onye enweghị ya n'ebe ahụ, na-enye ohere maka ikpeazụ azụmaahịa—na-atụle ọnụnọ nke mmadụ, ịdị ndụ, na echiche gbasara mgbaàmà ka ha si atụgharị—n'ụzọ ọ bụla usoro emebere nwere ike.
Ị nọghị naanị mgbe ị na-agbalite ịkwụsị iji ihe dị oke egwu.	Ọ bụrụ na ọghọmụ anya adịghị dị nso, ihe kacha mkpa bụ onye na-adị ndụ nke nwere ike ịlegharị uwe ya wee nọrịta ọnụ, onye nwere ike ilekwasị anya na ahụ na ọdụ ụkwụ, tinye onye ahụ n'ọhịa nchekwa ma ọ bụrụ na ọ dị mkpa, wee kpọtụrụ ndị enyemaka mgbe ihe ọ bụla gbanarịrị - ọ bụghị iji nye usoro mmezi, mana ịbụ sistemu nkwalite mbụ dị ka onye nlekwasị anya ga-adị na ụlọ ọgwụ.
Ime ihe tupu oge mgba ọchịchị, ọ bụghị n'oge ahụ.	Ọ bụrụ na ọdịmma adịghị dị mfe, nke abụọ ka e ji ya tụkwasị, ọ dị mkpa ịmalite n'oge gara aga, tupu a bịa na usoro iji ya ugboro atọ ma ọ bụ karịa kwa ụbọchị dịka akọwara na Nkebi 7. Nke a ga-eme site n'iji usoro ndị e nwere iji belata oke iji ahụike, kama ịhapụ mmadụ ka ọ

Kedu ihe ndị ọzọ dị, na-enweghị ịga ụlọ asụgbọ?	Nke ahụ dị mkpa.
	gbajie naanị ya, enweghị ebe ọ pụtala.

Ebe a na-agwa iwu.

Ọ bụrụ na ị na-agụ nke a n'ihi na ọghọmmụma adịghị mma maka gị, amụtala m n'ụzọ dị mma: Ọ bụ ihe emere site n'ime usoro na ọnọdụ ndị gbara gị gburu, ọ bụghị ihe akwụkwọ a pụrụ idozi site n'inye gị usoro. Mana o kwesịrị ịgosi gị ụzọ ejiri ekwentị arụsi ọrụ maka mgbe otú a, na ka ị mee ihe n'oge, mgbe ọtụtụ nhọrọ ka dị, kama mgbe ehihie, mgbe ọtụtụ adịghị. Ọ bụ aziza zoro ezo, ọbụlagodi na ọ bụghị nke ị tụrụ anya.

Ụbọchịchụ nke ọzọ na-ebufe: Isi ihe ndabara nke a na-enweghị mgbe eji n'oge atụmatụ maka ịkwụsị ụlọ.

⚠ LEZI EKWU.

Ụzọ eji kwụsị ọgwụ GHB na-adịkarị bụ ihe dị mkpa a ga-akpọ nwa, n'ihi na ọ na-mepụta ọnụnọ nke abụọ na ichebe ahụrịu zuru oke, nke adịghị dika mgbado nke akara e kwuru n'elu: ịlezi onye ahụ anya n'ime ụlọọgwụ (karama afọ ise) wee ziputa ya ka ọ gaa ụlọ ya na-enye ya ọgwụ benzodiazepine – karịa otu ọnwa, ihe dịka ụbọchị iri atọ – iji nyere aka mgbe sistemu GABA-B na-ahapụta. Mgbe ụbọchị iri atọ a gasịrị, e nwere akụkọ nke ọtụtụ ndị bịara gịnị, na ihe ahụ dị ka nke ahụ. Ọ bụghị ihe nkịtị ma ọ bụ naanị nsogbu nke onye ahụ. Ọ bụ ihe pharmacological dị mma a pụrụ atụ.

Ọkwa ahụ na-agbaso n'ezie oge nke Sekọnd 3: na ụbọchị 30, mgbe ọtụtụ ihe omume gasịrị, usoro mgbake nke GABA-B receptor ka dị na mmalite ya — ọ bụ naanị ọnwa ole na ole tupu ọ bịaghachi nke ukwuu, dịka data nke ntuziaka a na-egosi, bụ nke sitere n'ime 12 ruo 18 ọnwa. Iji benzodiazepine belata mgba chi ka ọ ghara ịdị naanị iji gwọọ akara ngosipụta n'oge ahụ; ọ na-enyere GABA-A aka, dịka usoro GABA-B na-agbakwusi ike, nke ka emechaghị. Mgbe oge ewere ọgwụ ahụ kwụsịrị na ụbọchị atọrọ, ma ọ bụghị n'ihe gbasara ọnọdụ ahụike — ọtụtụ mgbea enweghị mmechie usoro, yana ọtụtụ mgbea enweghị nhazi maka nlekọta na-eme n'ebe ndị mmadụ bi tupu oge ewere ọgwụ ahụ kwụpụsa — onye ahụ na-enweta mgbake nke abụọ. Ọ bụrụ na mmemme otu ahụ na-ebufe n'elu ọzọ nke enweghị mmanụzu ruo mgbe, nnukwu ịba ụba na egwu a na-emetụta ahụ na-eme ka onye ahụ ji, ọ bụ ihe dị n'ahụ karịa ihe gbasara echiche. Nke a bụ ihe kpatara na oge ụfọdụ, inyere onye ahụ aka naanị adịghị mma: usoro mgbalepu na mkparịta bụ ngwa ziri ezi maka nsogbu ndị ọzọ, mana enweghị sistemụ GABA-B nke etinyewo ma na-eme ka egwu dị n'ahụ.

Kedu ihe ndị ahụ maka atụmatụ mgbado na-eme mgbe ụfọdụ?	Kedu ihe na-ebelata ọhazikwa a?
Iji ihe ọzọ dị ka ụbọchị iri atọ maka ịkwụsị usoro mgbake, kama ịhụ ya dịka obere akụkụ nke usoro na-ewe naanị ọnwa iru abụọ ruo iru afọ abụọ.	Ịtọhapụrịrị onye ọrịa n'ụlọ, dịka ọmume, tinye ya na ndepụta maka ịga lelee ya mgbe e kwuputara ụbọchị dị mma tupu oge ọgwụ ahụ gwụchaa – 'agala gaa dọkịta gị,' kama bụ ụbọchị echere.
Iwefu benzodiazepine na ụbọchị nke 30, ọ	Ị ga-ebelata ọgwụ maka mgbaba ahụ n'otu

Kedu ihe ndị ahụ maka atụmatụ mgbado na-eme mgbe ụfọdụ?	Kedu ihe na-ebelata ọhazikwa a?
bụghị ịgbakwasa ya n'oge.	ụzọ zuru oke, site na enyemaka nke onye ọrụ ugbochi maara banyere adịghighi ya ma ọ bụ onye ọkaibe, wee soro usoro iji belata pasentajị dị ka e jiri ya na akwụkwọ a niile, kama ịbanye naanị n'ime ụdị ọgwụ nke a na-etinye.
Ọ bụrụ na ọ gwụla ịkwado, mgbe ahụ enwere ike iji ọgwụ.	Ọ dị mma ịmatakwa na nnụọgụghị ụjọ nke na-apụta n'oge a nwere ihe ndị ahụ na-adịkarị ya (Section 3) ma ọ bụrụkwaghị, ọ pụrụ itinye aka na usoro enyemaka Tier 1 na Tier 3 dịka akọwara na Section 9, ọ bụghị naanị mgbe ịga mkparịta ụka, yana ọ bụkwa ihe achọrọ maka ọgwụm na-emetụtakarị ahụ.
N'enweghị ihe ọ bụla na-akpali onye ahụ maka ụbọchị nke 30, ebe a maara ya dị ka oge dị oke egwu.	Ị kpọrọ ihe mgba ọchịchị a n'ụzọ ziri ezi, tupu o bịa - nke bụ ihe omume ụkpụrụ nke nkebi a niile. Ì chọpụtala na obere okirikiri ga-abịa, ya mere ọ gbanwere otú onye ahụ si eme.

Ụlọ-obibi

Ọ bụrụ na ị naaga njedebe nke iwu ọgwụ ahụ, ma ọ bụ ịchụpụta mgbe iwu ọgwụ ahụ gwusịrị, nwere ike ighọta ihe a: ihe mere na oge ahụ abụghị mmeri onwe gị, na ọ naghị emesi echiche ihe ọrụ nrụzi nke mere n'oge ụlọọcha ma ọ bụ 30 ụbọchi ka ndị na-eso. Ọ bụ naanị ogheri dị nso banye otu oge ịnweta ọgwụ ahụ si eme, na otu oge ahụike gị si ebute. Aziza ziri ezi bụ otu dịka ihe ndị ọzọ dị na akwụkwọ a: laghachite na enyemaka nke dọkịta ma nwee atụmatụ zuru oke maka imeri, adịghị ịkwa ụgwọ. ma ọ bụkwa ma ị nwere ike nweta ahụike.

Kedu ka nke a pụrụ ịdị bụ ihe ọzọ na-adịgide adị?

Enwere usoro dị iche na anyị ga-akọwa nke ọma, n'ihi na ọ bụghị banyere ihe dị n'ime ya, kamakwa gbasara ihe ndị na-eme mgbe enweghị onye na-akọwa ihe na-eme n'ime usoro mmetụta mmadụ. Ọtụtụ ndị na-enwe anwansi nkeonanu mgbe ha gwusie benzodiazepine, mana ha ka na-enwe anwansi dị n'eziokwu, bụ́ yiri ka ọ si na usoro GABA-B si bịara – nke, dịka akọrọ na Nkebi 3, adịghị enwekwu ike ịlaghachi. Ọ bụrụ na onye na-enwe anwansi ahụ amaghị na a ga-enwe ụkpọ oku ndị a mgbe afọ iri atọ gachara, na ihe kpatara ya, ọ nwere ike ikwenye na 'a na-atụkwa m anwansi'. Ọ bụ naanị echiche zoro ezo banyere akara ahụ, nke mere... N'adịghị ya, ihe ọzọ ga-etinye gị n'ọnọdụ dị iche.

Ọ bụkarị na ọ bịara n'ụzọ nke ịga gaa onye na-elezi ahụike mental anya, mgbe ụfọdụ ha na-agwa ya banyere akụkọ GHB, ma mgbe ụfọdụ emebeghị—ịputa ozi dị ike karịa mmetụta ahụ n'onwe ya, n'ihi ọnụ ọgụgụ nke ihe a. Onye na-elezi ahụike mental anya na-atụle ihe bụ nnwutannya, mgbe ụfọdụ ọ bụ naanị nrụrụ ala siri ike, ma adịghị enwe ozi zuru ezu banyere mgbado GABA-B nke na-eme ugbu a, onye ahụ nwere ike ime mkpebi dị mma site n'inye benzodiazepine. Ọ bụghị ihe omume ọjọọ, ma onye ahụ adịkwaghị njikere ịkọrọ okwu—ha na-akọwa ihe siri ike, ma ha

na-enweta aziza nke dabara n'okwu ha kwuru, mana enweghị ozi zuru ezu nke ga-agbanwe azịza ahụ. Nke a bụ ụzọ yiri nke Recovery Kernel na-akpọ "mgbado mgbe eweghara ihe dị ka ọdịda": akara ahụ, nke bụ osise post-acute na-adịkarị, a na-atụgharị ya n'ihe ndụ, ọrịa na-adịgide adị, ma ọgwugwu ndị a na-enye maka ụdị ọrịa ahụ adịghị eweghara ihe, n'ihi na ọ dịghịkwa ihe dị na nleta ahụ nke gosiri na ọ kwesịrị ịlaghachi.

⚠ LEZI EKWU.

Ọ nwere ike bute ụdị mmetụta na-adịgide ogologo oge karịa nke mbụ: benzodiazepine emepụtara ka e ji ya mee ihe mgbe ọ dị mkpa naanị maka obere oge iji nyere ahụ aka ịgbatị ahụ n'ihi GHB. Ọ bụghị ihe a na-ele anya, kama ọ bụ usoro nke e chọpụtala, ma ọ ga-adị mma ka ya dịka mmetụta GHB yiri ka akwadoro na ntuziaka a niile, n'ihi na site n'ihe omume kem, ọ bụ ụdị ihe ahụ ahụ.

Nke dị mkpa bụ: ịkwupụta akụkọ mgbaze GHB na oge mgbe ịmaliteghachiri ya nye onye ọkpata ahụike ma ọ bụ onye na-enye ọgwụ ọ bụla, n'ihi na ọ ga-adị iche. Onye na-enye ọgwụ nke maara na ị na-agbaliteghari site na mmetụta GHB na GABA-B, ọ dịghị na-enwe ụzọ ọhụrụ maka ime ihe ngosi, nwere ike inye ọgwụ dị mkpụrọ, nke a kwadoro oge ahụ, yana ụbọchị atụmanya iji lelee ya—dị ka usoro ndọta ndị ọzọ a họpụtara maka ọgwụ ọ bụla—ma ọ bụghị ọgwụ na-adịgide ruo mgbe. Okwu ziri ezi ịkwupụta: 'Ihe ngosi a malitere mgbe m kwụsịrị GHB ihe dị ka otu ọnwa gara, yana m Enwere m ike ịnụ ụtọ na sistemụ mgbunburu nwere ike ka na-ahazikere site na ihe ahụ — anyị chọrọ inwe ụbọchị nyocha doro anya maka ihe ọ bụla anyị na-eme, kama ịgafe naanị. Ihe a n'onwe ya nwere ike ịmere dị iche n'etiti otu ebe zuru oke na mmeghari ndụ nke ọzọ.

Nkebi nke 9 - Ihe Omume Mgbake (Mgbe Mmalite).

⚠ LEZI EKWU.

Otu ụzọ a malitezu mgbe oge ihe azụma ahụ na-akpa ahụ (Section 0, awa 12-72 nke Section 2) gafere, ma onye dọkịta kwadoro na ahụ ike dị. Ọ naghi asofufe Section 8; ọ bụ ihe ga-esote.

Tier 1 - Nke mbụ - Nkọwa Ndị Ndị Ahụ (Malite ụbọchị 1 mgbe ị kwụsịtala ihe ndị na-emerụ ahụ).

Nkwado.	Okwu.
Magnesium glycinate (400-600mg, dị mma ịsa dosage).	Nkwado maka GABA-A receptor na ncheta nke sistemụ mgbaji ahụ – bụ ihe dị mkpa, ọ naghi abụ ihe a pụrụ ịgbanwe, site n'abụba ụzọ izu.
P5P (B6 na-arụ ọrụ, 25-50mg)	Nkọwa maka mgbanwe nke glutamate na GABA (glutamate decarboxylase) - dị mkpa n'ihi ọtụtụ glutamate na ngwakọta mbụ (Ụdị 2).
5-MTHF (400mcg)	Nkwado maka methylation dị mkpa, ọkachasị n'ihi na GHB na-ebute mmebi nke B-vitamins site na usoro

Nkwado.	Okwu.
	metabolism ya.
L-theanine (200-400mg dịka ọ chọrọ).	Mmezi nke GABA na glutamate na-adịghị emepụta ụdị ọgwụ mgbaara, maka mgbaji egwu nke ịkpọrọhekwu, na-adịghị ekwe omume ịdabere ya.

Oge abụọ - Nkwado Ndị Dọktọ na Nkuzi Ahụike Uche.

- Buspirone (onweghị mmetụta nke ịba n'anya, onye na-agbanwe serotonin 1A) maka nnwutannya na-adịgide adị mgbe e kwụsịtala ọgwụ—ọ na-ewe ụzu ruo 2-4 izu iji nweta mmetụta zuru oke, ọ dị mma maka nnwutanna nke na-adịgide adị n'oge agha ịgbake ahụ, ma enweghị ihe egwu nke ịba n'anya na benzodiazepine.
- Tupu ịkọwa maka iji ọgwụ SSRI, gaa n'azụmụdike 5-MTHF maka mmetụta uche nke MTHFR. Lelee echiche ndị ahụ kwa izu 4-8; ọgwụ SSRI ka dị njikere ma ọ bụrụ na ọ dị mkpa n'ihe atụ.
- Quetiapina na adịghị elu (25-50mg, maka oge dị mkpụrụ) nwere ike nyere aka iji kwalite ụdị ụra mgbe enweghị ụma nke GHB siri ike ma ọ bụrụ na usoro ndị ọzọ anwụliteghi — ọ bụghị ihe mbụ a ga-eji, mana ọ bụ nhọrọ ziri ezi.

Tier 3 - Ndozi nke Sistemụ Mmetụta (Izii 1 ruo 12, oge ndọrịcha kachasị mkpa).

- Mmụta imeju ume - kwa ụbọchị, ọ dị mkpa karịa ihe ndị ọzọ n'ihi oge ndụgharị nke GABA-B dị ogologo dịka ederede na Nkebi 3.
- Ntụzi ahụ na-emetụta ahụ na ịme yoga – abụọ n'ime ihe ndị dị mkpa maka imetụta GABA nkeonwe.
- ---
  Source: You are not alone.
  Output: Ị nọghị naanị gi.

  Source: This activity helps the group.
  Output: Ọrụ a nyere otu aka.

  Source: Consistency matters more here than intensity — per Section 2's timeline, this is a 3-6 month central phase, not a 4-8 week one. What determines PAWS severity is sustained practice through that entire window, not a strong first two weeks.
  Output: Nke dị mkpa ebe a bụ ịkwanye, ọ bụghị ike — dị ka ozi nke Sekọnd 2 si kwuo, a na-atụ aro izu ụbọchị 3 ruo 6 n'ime usoro ahụ, ọ bụghị naanị izu abụọ. Nke na-achikota oke PAWS bụ ịkwanye na-eme ihe niile site na oge ahụ dum, ọ bụghị naanị ime ihe ike na izu abụọ mbụ.

Nkwa ọzụzụ pụtara ezi karịa ná ntuziaka ndị ọzọ.

Mgbe mmadụ na-apụ GHB, ọ nwere mgbanwe dị ukwuu na ahụ (na Nkebi 1, na Nkebi 2) – obi na-agba ọsọ, mgbanwe nkeihe, mkpagharị - yana mgbatị ahụ dị mkpa iji wezie usoro ahụ azụ, ọ bụghị naanị ihe a na-akwado maka ịdị ọcha.

Ụdị.	Kedu ihe ọ na-emepụta.	Ụdị.
Mgbụsụsụ (igba ọsọ, ịnya ụkwụ, ịnwịwa, ije ngwa).	Endorphin, serotonin, BDNF - yana, dị ka ọ dabara adaba ebe a, ighasa usoro nke ịlaghachi na ogo mmụba nke sistemu autonomic (ihe mgbagwo ugbọ elu, oke ibu ọbara) ka sistemu cardiovascular na-agbachi gị site n'oge mmetụta.	Seshu 3 ruo 5 kwa izi.
Nkwụsịtụ ike.	Dọpamin, testosteron, onye na-eto, BDNF - dị mkpa karịsịa maka iji n'ihe gbasara ndị na-eme esemokwu/ndị na-ese ahụ na Nkebi 6, ebe mmetụta GHB nke na-akwakọba hormone na-eto bụ akụkụ nke ihe a họọrọ n'oge mbube ma chọrọ nhọrọ ziri ezi.	Ụbọchị abụọ ruo anọ kwa izi.
Yoga.	Mmụba nke ọrụ parasympathetic na mbelata kpuchie nke ịgba ume—ọrụ nke na-akwalite GABA n'onwe ya, ọ bụghị naanị ihe ngwakwa maka ụkpụrụ imeju ume.	Seshan 1-3 kwa izi.
Ije kwa ụbọchị.	Ọ dị mkpa na ọ bụ ihe dị mfe ịmalite, nke nwere ike arụ ọrụ nke ọma, ma ọlị, yana nke ziri ezi, ọbụna mgbe ụdị abụba na-adị elu na ngwakọta ahụ.	Oge ọ bụla.

⚠ LEZI EKWU.

Oge na ike dị mkpa, ọkachasị na mbụ. Ime ihe nke ukwuu n'ime izu abụọ mbụ na-abawanye nrụrụ ahụ nwoke-nwanyị na usoro ahụ, kama ịgbakwunye ya – malite site na ịnwa ije ma mee ọrụ dị mfe, wee gaa n'ihu na mmemme zuru ezu n'afọ abụọ ruo atọ, yabụ adighighi etinye ọrụ siri ike n'abalị, n'ihi na ọ na-atachaghachi ụlọ oriri na ofe ma ọ bụrụ na ahụ na-agbalị ịnweli (Section 4).

Nkwado Nri - Karịa Supplement ndị Isi Anọ.

GHB, ọkachamara na iji ya nke ukwuu ma ogologo oge, na-emetụta ọnọdụ ahụike nke onye bụrụ ya, yana sistemu erianwa na-arụ ọrụ mmepụta dịka akụkọ a si kwupụtara, chọrọ ihe ndị eji eme ya.

- Mmụba nke ọkpụkpụ ahụ na-akwalite mmepụtara nke ihe ndị na-agbanwe ụzọ mgbasaahịa, gụnyere usoro GABA na dopamine, nke a niile dị mkpa maka ịga nke ọma n'oge nrụgharị.
- Oge nke ịiri nri na-adị mkpa, ọ dị ka ihe dị mkpa na mmalite nke ịnwụ ụzọ – mgbanwe na shuga mmanị dị oke egwu ma na-eme ka nnwutannya na ọnọdụ uche na-agbanwe agbanwe.

- Mmiri na akwa ụlọ ọgwụ na-enyere aka naanị iji gbochie mgbe mmadụ na-eji ahụ ya eme ihe, dịka emewutara n'akụ 2 na akụ 4.
- Mmepụta vitamini B, n'ozuzu (ọ bụghị naanị P5P na 5-MTHF), dị mkpa n'ihi mmebi vitamini a nke GHB na-eme n'ime ahụ — ọ ga-adị mma ịgbakwunye usoro vitamini B dị mma, yana ihe ndị a họọrọ kpọtụrụ aha (Tier 1).

Ị na-emepụta mmasị maka ọgwụ ahụ: Nkeji nke GABA dị ime.

Ihe niile dị n'elu na-ejikwa mgba ọrịa ma wezie usoro ahụike. Akụkọ a bụ gbasara ihe ọzọ – ịchọrọ ya nke nta, ọ bụghị naanị ịnagide enweghị ya. GHB nyere ihe dị iche: ọ bụghị nkwụsi ike, mana sistemu mmetụta ahụ ga-adị na-akwụsị ozugbo, kpamkpam. Ihe a dị mkpa bụ na ọnọdụ a pụtala ma enweghị ya, site n'ime usoro ụbụrụ nke onwe ya, na ihe emebere nwere ike ịdị ogologo karịa ihe ọgwụ ahụ nyere – n'ihi na ọ adighi etinye ala dị ka receptor GHB.

Ụzọ Mmalite Azụmaahịa.	Otu ike nke mmetụta GABA.	GHB maka mgbake - Ihe omume pụrụ iche.
Mmịpụ ifufe dị ogologo (4-7-8, mmịpụ "box", mmịpụ ziri ezi).	Mmụba - ịgba ume ọkụ nke parasympathetic/GABAergic.	Akwụkwọ ahụike kachasị mkpa sitere n'ime okirikiri nke na-enyere GABA aka bụ nke a. Ọ bụghị ihe oyiyi—imewe ume ogologo oge na-abawanye ọkwa GABA ma belata cortisol n'ime obere minit. Debe ka ị na-eme ya kwa ụbọchị ruo mgbe ọ ghọrọ ihe dị mfe, dịka usoro ịnwụ nke ị na-eji.
Mmiri oyi.	Oke – mmụba nke sistemụ parasympathetic, na mgbe ahụ nkwụsi ike dị ogologo mgbe ọdịda nke mmetụta mbụ.	Mmiri oyi, nkeji 30-90, na-eto eto nwaya ruo mmiri oyi zuru ezi. Nke a bụ ihe omume dị nso na "usoro ahụ kwesịrị ịkwụsị" nke GHB nyere.
Mmegide nke ukwuu.	Oke ala na elu, na-akpụ akpụ, yana na-adigide adị.	Tabụlụ ahụ dị n'elu na-egosi ihe omume ahụ, nke na-enyere otu aka ma na-enyekwa aka n'ịgbatị ọrụ obi na ịnwepụta GABA na endorphin.
Egwu na-agba egwu na ọsụ ụda nke 60-70 BPM.	Mmetụta nke ịkwalite sistemụ parasympathetic dị mfe ma nwere ike ịkọpụtara.	Ọ dị mkpa karịa mgbe ọ na-adị gbasara mmasụ, yana tupu ịgba ụra; ya doro anya ma enwere ike ịchọpụta ya ngwa ngwa.
Ụzọ ọrụ nke na-achọ nnukwu ike ma na-ebuli mmetụta ịme ihe.	Nke a na-enyere aka site na ịdị njikọ nke ukwuu ma ọ bụrụ na ọ bụghị site n'ihe ndị na-adịgide adị.	Ịbụrụkwa na-elekwasị anya n'ọrụ siri ike bụ, site n'ụzọ ọ pụtara, ọnọdụ GABA nke okike - uche na-atọ ụjọ na-aghachikwute site n'ime omume karịa iji ike.

Ebe a na-anụ gị.

Nke a abụghị maka ike ọrụ, yana ọ bụghị ihe dị mma nye ndị na-enweghị ọgwụ ahụ. GHB nwere ike ime site n'èzí, sistemu nke ewetara azụ nwere ike ịme ya n'ime—ahụmahụ a abụghị otúzi dị mma, kama bụ usoro izi ezi nke akụkọ a niile na-akọ. Ọnọdụ ị chọrọ siri ike, ọ nọ naanị, ma enwere ya. GHB bụ naanị otu ụzọ iji eru ya—otu ụzọ dị ngwa, dị arụ, na-ebelata. Usoro ndị a dị n'ime tebụl a eruola ebe ahụ ahụ, mana site n'usoro na-eto eto mgbe ọ na-eji, kama usoro na-ewe ifu.

Nkebi nke 10 - Ntughari Nkwụsị Ahụ, na-agbakọgharịa.

⚠ ỤBA AHỤHẸ ỌGBỤGBE

Gaa ozugbo na ụlọ ọgwụ maka:
* mgbe ọ bụla ị nwere mgbaji
* mgbagwoju anya, ịtụfuru ihe, ma obu echiche dị egwu
* nnukwu iwe nke na-akpata obi gị ịgba ọsọ, elu nrụgide ọbara, ma obu mmiri ọgwụ
* mgbama na-adịkarị

Nke a dabara adaba n'oge 72 awa izuwo maka onye ọ bụla nke na-eji ihe ndị a eme, yana mgbe ọ bụla oge ọzọ ọ bụrụ na akụkụ ndị a apụtala. Maka mgbawa iwe, nsogbu ụra, na mgbagwoju anya dị ka ederede n'Ụdị 4, ma obu naanị otu ihe a kọrọ — nke a bụ ihe a tụrụ anya ya n'oge ahụ, mana ọ ga-adị mma ịkpọtụrụ dọktọ na ụbọchị ahụ, mana ọ bụghị ihe a na-akpọ asaa ahụ.

Nkebi nke 11 - Ndịkọwa maka ihe niile dị na usoro ọrụ.

Oge.	Protokolụ ndị.	Focus
Nchekwa ahụike (Ụbọchị 0-7 maka ndị ọrụ na-adabere n'aka ndị ọzọ).	Ebe ahụ maka ihe omume na-emetụta ahụ (emergency department) / ịkwọghachi ọgwụ na ụlọọgwụ (inpatient detox) - adịghị n'ime ihe atụ nke Compendium.	Ncheta nke mgbụgba, usoro maka baclofen ma ọ bụ benzodiazepine, njikwa nke delirium, nlezi ihe ndụ. Nkebi nke 9 na ndị o kwesịrị ekwesị nke akwụkwọ ntuziaka a adịghị naanị mgbe ụkpụrụ ahụ emechara n'ihe gbasara ahụike.
Ntuziaka Ndụ Ahụ (Ụbọchị 1-14 mgbe ị kwụsịtala ihe ndị na-emerụ ahụ).	Protocols Compendium 07, 09, 17, 18.	Magnesium, B6, usoro methylation, ụdị ụra, nri, nrụzi ahụ—ihe ndị na-enyere sistemu GABA-B aka ịlaghachi na ezi ike, ọ bụghị ihe dị mkpa.
Mapping nke Jenoma (Izii 1-4)	Akụkọ ihe mere dị ka nsọtụ nke 15, Iwu nke 11.	Nyocha GABRA2 bụ ihe kacha mkpa n'ihe gbasara akụkọ ahụ, nke na-akpali oke mmetụta, oke mgba aghụghị, na oke PAWS.
Nkegharị GABA (Izii 1 ruo 12, ihe dị mkpa).	Protocol 04, Protocol 01: Mbibi nke ọchịchọ.	Mmịpụ ikuku, mmechi ahụ na mmiri oyi, yoga, mgbanwe nke magnesium,

Oge.	Protokolụ ndị.	Focus
		njikwa ọghọm, usoro ụlọ nkwari - n'ezie 3-6 ọnwa, ọ bụghị izu 4-8 nke ihe ndị ọzọ dị ka nke a.
Architecture Ndụ na Gburugburu (Izii 2-12)	Protocol Compendium 02, 05, 08, 13	Ịgbado ihe na-akpata mmasị, iweghachite ọrịa site n'otu ndebe gaa n'ọzọ, ma soro atụmatụ mmekọrịta - ebe ndị mmadụ na-eji kemịkalụ maka usoro mmekọrịta (chemsex) bụ otu n'ime ebe kacha emetụta nke na-akpata mmasị site na ihe ndị na-apụta; ịtọgharịa gburugburu dijitalụ dị mkpa otú ebe ahụ dị.
Ọgwụ na-eme ka mmadụ ji n'oge ụlọ ọgwụ, ma ọ bụghị naanị (ọnwa 1-12).	Compendium Protocol 35S, usoro maka ahụike mmekọrịta.	Nnyocha na ncheta HIV/STI, ahụike mmekọrịta n'oge nrụzi, mmezi obodo LGBTQ+ nke ndị na-ebi ndụ n'otu ebe – lee nkebi 6 dị elu.
Aghụghụ na Isi Oke (Afọ abụọ ruo iri na abụọ).	Compendium Protocol 20, 21, 23, C-28	Ị bụ onye mgbe usoro itinye ọgwụ nke elegharịrị kwa awa 2-3 adọghị na-achịkwa ụbọchịchị gị - n'ileba anya n'ihe a na-akpọ "mmetụta echiche na onwe" dị ka akọwara na Nkebi nke 4.
Esemokwu Ogologo Oge (Afọ 6 ruo 18 ma ọ bụ karịa)	Compendium Protocol 24, 25, C-28, C-31	Ụkpụrụ na atụmatụ, yana usoro GABA nke arụpụtara nke ọma – dịka ederede n'Ise akụ 3, mgbanwe ziri ezi nke ga-ewulite, ọ bụghị naanị ịtụgharịa anya.

Nkebi nke 12 - Mmechi.

Ụlọ-obibi

Nke a bụ nnụpụta kachasị sie ike na usoro niile a, yana oge mgbake ahụ dị ogologo—karịa otu afọ iji kwụsị nke ọma, ọ bụghị izi. Ọ naghị etolite gị. Ọ bụ iji hụ na oghere ụzọ ahụ adighị emetụta, mgbe ise ọnwa gasịrị, ka a chere na ọ na-aga ebe enweghị ihe. Usoro mgbasa nke jiri usoro mmadụ n'ime ya iji dochie usoro onwe ya kwa ụzọ abụọ ruo atọ bụ ike ịrụ naanị ahịa ahụ n'onwe ya. Mana ọ chọrọ oge ahụ ebe ahụike ahụ chọrọ, ọ bụghị oge ọ bụla onye chọrọ ka ọ na-ewe.

KWỤSI AKWỤKWỌ NTỤZI – USORO EKWUNYE: GHB / GBL / 1,4-BD

Nkwụnyeaka maka mbelata ihe ọjọọ - Emepụtala ya ka o ghara ịbụ ndụmọrịa ahụike - Ọ bụghị ihe nọrịrị naanị maka usoro ahụike oké ife.

Crisis Resources: 988 (Suicide & Crisis Lifeline, call or text) | Crisis Text: HOME to 741741 | SAMHSA: 1-800-662-4357